

KETLEN RODRIGUES GIOVANNE

SÍNDROME DE BURNOUT EM GRADUANDOS DE ENFERMAGEM

Trabalho de conclusão de curso apresentado em forma de artigo como requisito a formação no Curso de Bacharelado em Enfermagem, do Centro Universitário de Brasília, UniCEUB, sob orientação do Professor Linconl Agudo Oliveira Benito.

Brasília – DF

2017

Síndrome de Burnout em Graduandos de Enfermagem

Ketlen Rodrigues Giovanne¹

Lincoln Agudo Benito²

RESUMO

O *burnout* é uma síndrome psicológica, em termos gerais é definida como uma forma de responder ao estresse acentuado, causado por diversos fatores, tanto organizacionais como individuais, que produzem sintomas físicos e comportamentais. Desse modo, o objetivo do presente estudo foi analisar possíveis manifestações de SB entre acadêmicos de enfermagem em uma Instituição de Ensino Superior. Idade: entre 17 e 50 anos; 311 eram mulheres; 294 eram solteiros; 17 moravam sozinhos; 202 conciliavam trabalho e estudos; 8 já tinham graduação e 2 pós. A análise dos dados do MBI, dos 361 graduandos, 16,1% não possui nenhum indício de Burnout; 29,9% tem a possibilidade de desenvolver; 29,1% estão na fase inicial; 21,3% começa a se instalar e 3,6% pode estar em uma fase considerável da Burnout. Podemos evidenciar que mais da metade dos alunos neste estudo, estão em uma fase considerável da Burnout ou possuem algum indício que leve à síndrome.

Palavras chave: Esgotamento mental, acadêmicos, enfermagem, síndrome de burnout.

Burnout Syndrome in Nursing Graduates

ABSTRACT

Burnout is a psychological syndrome, broadly defined as a way of responding to stress, caused by many factors, both organizational and individual, that produce physical and behavior symptoms. Thus, the objective of the present study was to analyze possible diagnoses of SB among nursing students in a Higher Education Institution. Age: between 17 and 50 years; 311 were women; 294 were single; 17 lived alone; 202 conciliated work and studies; 8 already had graduation. The MBI data analysis, of the 361 undergraduates, 16.1% has no evidence of Burnout; 29.9% have the possibility to develop; 29.1% are in the initial phase; 21.3% begin to install and 3.6% may be in a considerable phase of Burnout. We can evidence that more than half of the students in this study are at a considerable stage of Burnout or have any clue that leads to the syndrome.

Keywords: Mental exhaustion, academics, nursing, burnout syndrome.

¹ Graduanda em Enfermagem do UniCEUB

² Professor do Curso de Enfermagem do UniCEUB

1. INTRODUÇÃO

O *burnout* é uma síndrome psicológica, de esgotamento profissional, resultante da sobrecarga emocional crônica no trabalho que envolve relacionamento interpessoal de grande responsabilidade, resultando em um processo de exaustão física, mental e emocional, como desfecho do trabalho excessivo, sendo excluídas as primordialidades do próprio indivíduo. Profissionais que desempenham trabalhos voltados ao cuidado com pessoas, são os principais acometidos, tendo como destaque três dimensões relacionadas, apesar de independentes: exaustão emocional, despersonalização e reduzida realização profissional (TRIGO, 2010; BARLEM et al., 2013).

A exaustão emocional é distinguida por falta de energia e entusiasmo, por sensação de esgotamento de recursos. A despersonalização caracteriza-se pelo desenvolvimento de uma insensibilidade emocional, que faz com que o profissional trate os clientes, colegas e organização de maneira desumanizada. A baixa realização profissional é caracterizada por uma tendência do trabalhador a auto avaliar-se de forma negativa, tornando-se infeliz e insatisfeito com seu desenvolvimento profissional, com consequente declínio no seu sentimento de competência e êxito, bem como de sua capacidade de interagir com os demais (MORENO et al., 2011).

O conceito de Burnout surgiu nos Estados Unidos em meados dos anos 70, quando o psicólogo clínico familiar Freudenbergue atribuiu estes termos ao resultado de esgotamento, decepção e perda de interesse pela atividade de trabalho que surge nas profissões que trabalham em contato direto com outras pessoas na prestação de serviços. Burnout é um termo de origem inglesa que resultou da simbiose entre outros dois termos: burn e out, cujos significados em português são, respetivamente, arder ou queimar e fora ou para fora. Vários termos são utilizados para se referir a burnout. Muitos autores, a nível da literatura científica, se referiam a burnout com outros nomes, como, stress no trabalho, síndrome de estar queimado, síndrome de stress crônico laboral assistencial, síndrome de desgaste profissional, inclusive assédio moral ou sexual no trabalho, síndrome do esgotamento profissional, síndrome da resistência, síndrome da estafa profissional, stress ocupacional e recentemente estudos falaram de síndrome de estar queimado (SANTANA; MAGALHÃES, 2011).

A Síndrome de Burnout (SB) tem sido associada frequentemente à baixa satisfação emocional, interação emocional estressante e dor musculoesquelética. Esses problemas de saúde, associados ao estresse, podem alterar diversos parâmetros imunológicos. Além disso, a redução na eficácia do sistema imune e a alteração no funcionamento do sistema nervoso central, associada ao estresse ocupacional, têm sido postuladas como fatores de risco para o desenvolvimento de diversos processos infecciosos (MOMMERSTEEG et al., 2007).

Na síndrome, o acometido começa a passar por um sentimento de fracasso e exaustão, tendo seu trabalho com a monotonia. Esta síndrome tem sido abordada ao longo de seu processo de construção a partir de quatro perspectivas: a) clínica (proposta por Herbert Freudenberger, 1974): o estado de exaustão era resultado do trabalho intenso sem a preocupação de atender às necessidades do indivíduo. A síndrome seria o alto preço pago pelo indivíduo que desejava intensamente trabalhar para ajudar outras pessoas. b) Social-psicológica (por Christina Maslach): o stress relacionado ao papel desempenhado pelo sujeito, em algumas situações provocadas pela sobrecarga de trabalho, foram aspectos bastante valorizados em suas investigações. c) organizacional (por Cary Cherniss): amplia o modelo social-psicológico, enfatizando características organizacionais como geradoras de Burnout. d) social (por Seymour Sarason, 1983): enfatiza o impacto da sociedade como determinante de Burnout, mais que questões individuais ou organizacionais. (PAGANINI, 2011).

Ao entender saúde como um fenômeno que não se limita somente a ausência de doenças, mas sim como um bem-estar biopsicossocial, faz-se relevante ampliar o olhar para as necessidades emergentes na vida das pessoas. Em termos gerais, a Síndrome de Burnout é definida como uma forma de responder ao estresse acentuado, causado por diversos fatores, tanto organizacionais como individuais, que produzem sintomas físicos e comportamentais. Dentre estes sintomas, destaca-se a desumanização como uma alternativa para que o indivíduo consiga lidar com o estresse (SCHMITZ, 2015).

Alguns estudos vêm analisando a síndrome de burnout em profissionais de enfermagem, mencionando como uma das profissões de maior possibilidade de indício de burnout. Contudo, salienta-se que o seu início pode ocorrer ainda na fase acadêmica, pela variedade de fatores estressantes inerentes ao ambiente acadêmico (TRINDADE; LAUTERT, 2010; GIBBONS, 2010; TAVARES et al., 2014).

As causas da sobrecarga e esgotamento relacionam-se aos altos níveis de exigência acadêmica pertinentes às complexas funções de ensinar, pesquisar e publicar. Essas atividades demandam intenso esforço mental e muitas horas diárias de estudo. As literaturas explicitam também inúmeras dificuldades no processo de formação, entre as quais: vários pacientes para serem atendidos e um quantitativo de funcionários reduzido, hesitação nos procedimentos, devido ao medo de contrair infecções e cometer erros, o contato íntimo e emocional com os pacientes, assistência a pacientes críticos e em cuidados paliativos, desacordos e impasses éticos e conflitos em lidar com suas exigências e as dos professores, pouca comunicação com a equipe e preocupações em conseguir absorver todos os dados no decorrer do curso e com seu futuro profissional e relação aos ganhos econômicos (NOGUEIRA, 2002; BORGES; CARLOTTO, 2004; KERNAN; BOGART; WHEAT, 2011).

Contribuem para o surgimento de sentimentos de decepção, desmotivação, perda do entusiasmo e frustração, a decisão inicial da opção das pessoas por um curso de graduação, muitas vezes sem a devida ponderação, podendo levar a uma ludibriadora expectativa em relação ao curso (BORDIGNON, 2010; BARLEM et al., 2012).

Em um estudo realizado em Florianópolis, no período de julho a setembro de 2013, relatou que os fenômenos de exaustão percebidas nos estudantes, em resposta às exorbitantes exigências dos estudos, foram constatados: desgaste, estafa física e mental, esgotamento, nervosismo, cefaleias, dores musculares e um padrão de sono prejudicado. Identificou-se que o sentimento de descrença, relatado pelos graduandos, foi exposto por meio de comportamentos defensivo, como, não ir às aulas, afastamento dos estudos, das atividades extraclasse, dos professores e dos colegas, vontade de abandonar o curso e começam a tratar com diferença até mesmo os pacientes. Em relação a baixa eficácia profissional, foram relatadas pela percepção de estarem sendo ineficazes como estudantes, sentimentos de insuficiência, debilidade, periculosidade, baixa altivez, inferioridade e desprazer com o curso (BARLEM et al., 2013).

Em acadêmicos do último ano do curso de enfermagem, foi observado situações desgastantes, comportamentos e posturas inadequadas, tanto em sala de aula como nos campos de estágio; ansiedade e angústias relacionadas aos trabalhos acadêmicos, entre eles o trabalho de conclusão de curso, bem como insegurança quanto ao mercado de trabalho e a formação profissional (SILVA et al., 2011).

As estratégias para o enfrentamento da síndrome de burnout variam de acordo com o objetivo desejado, incluindo intervenções que variam de acordo com a necessidade de cada um. São elas: estratégias organizacionais (focadas no contexto ocupacional) - Estas ações devem promover o bem-estar e prevenir o surgimento de doenças, com medidas que se iniciam na cultura organizacional até às condições de trabalho; estratégias individuais (focadas no indivíduo) – Compreendem estratégias de enfrentamento pessoais e respostas emocionais diante dos agentes estressores, conseguindo prevenir as respostas negativas associadas ao efeito do estresse; estratégias combinadas (focadas na relação indivíduo-organização) - Um bom relacionamento interpessoal pode auxiliar no não desenvolvimento da síndrome de burnout (MORENO et al., 2011).

Cavalcanti et al. (2014) propõem em âmbito organizacional: melhorar o clima institucional, como programas de preparo do professor de ensino clínico, com o objetivo de compreender o aluno e o momento em que ele vivencia na profissão, grupos de socialização para diminuir o choque com a realidade, proporcionar algum tempo livre para que os acadêmicos organizem sua vida, estimular trabalhos de avaliação em grupo antes, durante e após a inserção no ensino clínico. Já como estratégias individuais: a adoção de hábitos

saudáveis de vida, como se dedicar a atividades prazerosas no tempo livre, manter no mínimo 6 horas de sono diário, a prática de exercícios físicos regulares, divisão racional do tempo com o trabalho e o lazer, eliminação de agentes estressores, realização de técnicas de relaxamento e busca de ajuda profissional em casos relacionados ao estresse e Burnout; estratégias grupais: procurar comunicar-se com colegas, familiares e amigos, possuir uma rede de amigos para compartilhar momentos importantes e situações de dificuldades, aumentando, assim, as chances de resolução, ou, ao menos, a perspectiva de alívio e consolo;

Desse modo, o objetivo do presente estudo é analisar possíveis manifestações de Síndrome de Burnout entre acadêmicos de enfermagem em uma instituição de ensino superior privada do Distrito Federal, em termos de suas características sociais e demográficas, tanto como a prevalência do esgotamento entre acadêmicos de enfermagem e verificar se há associação entre variáveis sociodemográficas e o esgotamento dos graduandos.

2. METODOLOGIA

O presente projeto propõe uma pesquisa descritiva, transversal, com abordagem quantitativa. A ser realizado com graduandos de enfermagem do UNICEUB. Deverão ser aplicados dois questionários com perguntas de múltipla escolha, um questionário sócio econômico e uma adaptação do Questionário Maslach Burnout Inventory - MBI. A adaptação realizada foi buscando uma alteração para aplicação com acadêmicos. Trata-se de um questionário que deve ser respondido por meio de uma escala de frequência de sete pontos que vai de 0 até 6, constituído por 20 questões, avaliando três dimensões: a exaustão emocional, com 6 itens; a despersonalização com 5 questões; e a realização profissional, com 9 itens. É considerado Burnout quando existem altas pontuações em exaustão emocional e despersonalização e baixas pontuações em eficácia profissional (MASLACH et al., 2001; PONCE DÍAZ et al., 2014).

As fontes de pesquisa foram coletadas por levantamentos bibliográficos eletrônicos desenvolvidos junto à base de dados informatizados nacionais e internacionais, sendo as mesmas a Base de Dados de Enfermagem (BDENF), a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), utilizando os descritores Enfermagem; Graduandos; Síndrome de Burnout; Estresse. Por meio deste processo foram adquiridos artigos de periódicos científicos. Foram utilizados descritores "Burnout". No processo de conjugação dos descritores, foram utilizados os operadores lógicos booleanos "and", "or" e "and not".

Posterior ao processo de coleta, organização e análise dos dados, os elementos de estudo adquiridos serão estruturados junto a um banco de dados, utilizando o software Microsoft Excel 2013®, pertencente ao pacote Microsoft Office 2013®, for Windows®.

2.1 Participantes da pesquisa

Foi coletada uma amostragem por conveniência de 361 alunos. Se estabelecem enquanto critérios de inclusão da presente pesquisa, alunos do curso de enfermagem, de ambos os sexos, que já trabalhem na área ou não. A pesquisa foi realizada com alunos de enfermagem no Centro Universitário de Brasília – Uniceub, na Faculdade De Ciências Da Saúde E Educação – FACES.

3. RESULTADOS

A partir das respostas dos 361 estudantes, observou-se que a idade variou entre 18 e 50 anos; 311(86%) eram mulheres; 294 (81,4%) eram solteiros; 17 (5%) moravam sozinhos; 202 (56%) conciliavam trabalho e estudos; 8 (2%) já tinham nível superior e 2 (0,5%) tinham pós graduação; em relação aos semestres: 1º semestre 86 (23,8%), 2º semestre 31 (8,5%), 3º semestre 78 (21,6%), 5º semestre 39 (10,8%), 6º semestre 38 (10,5%), 7º semestre 33 (9,1%), 8º semestre 24 (6,6%), 9º semestre 32 (8,8%); 250 (69,2%) não praticavam nenhuma atividade física, demonstrado na tabela 1.

Tabela 01 – Perfil socioeconômico dos atores sociais participantes da pesquisa, Brasília, Distrito Federal (D.F.), Brasil, (n=361):

Categorias		Total		Feminino		Masculino	
		F	%	f	%	F	%
Faixa etária							
	18 a 29	305	84,5	262	84,2	43	86
	30 a 39	42	11,6	36	11,6	6	12
	40 a 49	10	2,8	10	3,2	-	-
	50 ou mais	2	0,6	1	0,3	1	2
	Não respondido	2	0,6	2	0,6	-	-
Escolaridade							
	Superior incompleto	341	94,5	293	94,2	48	96
	Superior completo	8	2,2	7	2,3	1	2
	Pós-graduada	2	0,6	2	0,6	-	-
	Não respondido	10	2,8	9	2,9	1	2
Estado civil							
	Solteiro	294	81,4	251	80,7	43	86
	Casado	60	16,6	54	17,4	5	10
	Divorciado	5	1,4	3	1	2	4
	Não respondido	2	0,6	3	1	-	-
Atividade remunerada							
	Não	202	56	176	56,6	27	54

	Sim	156	43,2	134	43,1	23	46
	Não respondido	3	0,8	1	0,3	-	-
Região Brasileira							
	Centro-oeste	336	93,1	335	92,8	48	96
	Nordeste	10	2,8	10	2,8	2	4
	Sudeste	5	1,4	5	1,4	-	-
	Norte	2	0,6	2	0,6	-	-
	Sul	2	0,6	2	0,6	-	-
	Colômbia (*)	1	0,3	1	0,3	-	-
	Não respondido	5	1,4	6	1,7	-	-
Naturalidade							
	Brasília	327	90,6	280	90	48	96
	Goiás	7	1,9	7	2,3	-	-
	Bahia	5	1,4	4	1,3	1	2
	Minas Gerais	4	1,1	4	1,3	-	-
	Maranhão	2	0,6	1	0,3	1	2
	Alagoas	1	0,3	1	0,3	-	-
	Amapá	1	0,3	1	0,3	-	-
	Mato Grosso	1	0,3	1	0,3	-	-
	Paraná	1	0,3	1	0,3	-	-
	Piauí	1	0,3	1	0,3	-	-
	Rio Grande do Norte	1	0,3	1	0,3	-	-
	Rio Grande Sul	1	0,3	-	-	-	-
	São Paulo	1	0,3	1	0,3	-	-
	Tocantins	1	0,3	1	0,3	-	-
	Colômbia (*)	1	0,3	1	0,3	-	-
	Não respondido	6	1,7	6	1,9	-	-
Semestre							
	1º semestre	86	23,8	-	-	-	-
	2º semestre	31	8,5	-	-	-	-
	3º semestre	78	21,6	-	-	-	-
	5º semestre	39	10,8	-	-	-	-
	6º semestre	38	10,5	-	-	-	-
	7º semestre	33	9,1	-	-	-	-
	8º semestre	24	6,6	-	-	-	-
	9º semestre	32	8,8	-	-	-	-
Pratica atividade física							
	Sim	111	30,7	-	-	-	-
	Não	250	69,2	-	-	-	-
Mora com familiares							
	Sim	326	90,3	283	91	44	88
	Sozinha	17	4,7	14	4,5	3	6
	Não	7	1,9	6	1,9	3	6
	Não respondido	11	3	8	2,6	-	-
Total		361	100	311	86,1	50	13,9

Fonte: Produção dos autores, 2017.

A partir da análise dos dados do Questionário Maslach Burnout Inventory - MBI, dos 361 graduandos, 58 (16,1%) não possui nenhum indício de Burnout; 108 (29,9%) tem a possibilidade de desenvolver SB; 105 (29,1%) estão na fase inicial da Burnout; 77 (21,3%) a Burnout começa a se instalar e 13 (3,6%) pode estar em uma fase considerável da Burnout, relatados na tabela 2.

Tabela 2 – Resultado Questionário Maslach Burnout Inventory - MBI

Score	Resultados	F	%
-------	------------	---	---

0 a 20 pontos	Nenhum indício de Burnout	58	16,1
21 a 40 pontos	Possibilidade de desenvolver Burnout	108	29,9
41 a 60 pontos	Fase inicial do Burnout	105	29,1
61 a 80 pontos	Burnout começa a se instalar	77	21,3
81 a 100 pontos	Pode estar numa fase considerável do Burnout	13	3,6
Total		361	100

Fonte: Produção dos autores, 2017.

4. DISCUSSÃO

Durante a formação é de suma importância que além de priorizar o conhecimento científico e o desenvolvimento de habilidades práticas, busque aproximar seu estudante das exigências do mercado, facilitando a sua transição para o mundo profissional e preparando para as diferentes dificuldades a ser encontradas. É durante a graduação que as limitações impostas ao profissional em um ambiente de trabalho podem constituir um elemento estressor em seu cotidiano, o qual aumenta na medida em que se percebe a não satisfação de suas expectativas na prática (CASATE; CORRÊA, 2006).

Os acadêmicos de enfermagem convivem com os estressores da formação acadêmica, incluindo aqueles do contexto assistencial e de ensino-aprendizagem. Associado a isso, algumas características sociodemográficas podem influenciar na ocorrência do estresse e seus desfechos para vida e saúde dessas pessoas (COSTA et al., 2013; BAYRAM; BILGEL, 2008).

As características sócio-demográficas da presente pesquisa confirmam o que outros estudos sobre o perfil dos estudantes de enfermagem mostraram, ou seja, o predomínio do sexo feminino (86%) em graduandos de enfermagem. Também revela que a média de idade entre os graduandos de enfermagem foi de 23 anos, confirmando, dessa forma, que esta categoria é jovem (NUNES et al., 2001; SANTOS, 2001).

Analisando os dados podemos perceber a presença de fontes de estresse nos graduandos de Enfermagem, que demonstraram pelas suas respostas no questionário de burnout exaustão emocional que é descrita em outros estudos pelas intensas exigências do estudo; descrença, também relatada nos estudos como sendo desenvolvido um comportamento cético e distante em relação aos estudos, e baixa eficácia profissional, percebida por se acharem ineficazes como estudantes, segundo pesquisas, relatadas pelas pontuações altas nas perguntas relacionadas a exaustão emocional e descrença e pontuações baixas em baixa eficácia profissional (MARTINEZ; PINTO; SILVA, 2001; SILVA et al., 2011).

Entre os alunos, podemos perceber, através de duas repostas situações associadas à exaustão e ao desgaste, sendo a série um fator descartado nesse sentindo, pois

independentemente da série em que se encontravam matriculados, pudemos encontrar tais repostas negativas. Os resultados encontrados podem subsidiar o desenvolvimento de pontos relevantes de reflexão, como prevenção, detecção e condutas minimizadoras da síndrome de Burnout em alunos de enfermagem pelos serviços de treinamento das instituições promotoras desse tipo de especialidade de ensino-aprendizado, bem como pelos serviços de saúde dos trabalhadores de instituições, que contam com tal modalidade de ensino (MONTEIRO; FREITAS; RIBEIRO, 2007; TAVARES et al., 2014).

Um aspecto que faz um grande diferencial é a decisão inicial da opção por um curso de graduação que pode repercutir em falsas expectativas, que quando não atendidas, contribuem para o desenvolvimento de sentimentos negativos, podendo conduzir o estudante a situações de estresse (BARLEM, 2012).

Ao analisar o perfil do estudante ingresso no curso de Enfermagem, um estudo identificou que 43,5% de sua amostra frequentou curso técnico antes de ingressar no curso de Enfermagem, demonstrando que há uma busca pela qualificação exigida em um mercado de trabalho competitivo. Entre os estudantes, podem ser identificados como fatores de estresse, como: a sobrecarga de atividades acadêmicas teórico/práticas, expectativas e preocupações com o mundo do trabalho, relação trabalho/estudo, relação entre estudo/vida familiar/moradia e interação interpessoal (JORGE, 1996).

De acordo com um estudo preliminar sobre a síndrome de burnout em fisioterapeutas e acadêmicos de fisioterapia, o conhecimento dos graduandos em relação à burnout contribuiria para o reconhecimento dos fatores desencadeantes. Consequentemente, ajudaria os graduandos a prevenirem e a controlarem os níveis de burnout, favorecendo assim, de forma adequada, um ambiente de trabalho com qualidade na assistência aos pacientes (BENEVIDES-PEREIRA, 2002; AMORIM, 2002).

Atividades inerentes ao próprio curso demandam tempo e podem sobrecarregar o aluno. Assim, o tempo disponível para atividades pessoais, como a prática de esportes, fica limitado. Esse fato foi evidenciado nesta pesquisa, uma vez que a ocorrência da SB foi maior entre aqueles que não praticam esportes. Essa atividade melhora a autoestima, aumenta a segurança para com as tarefas diárias e eleva o bem-estar. Além disso, o esporte associa-se a um menor risco de alterações na saúde mental dos discentes, como o estresse, e auxilia nas interações sociais (BUBLITZ et al., 2012; COSTA et al., 2013).

Alguns estudos realizados citam que a média elevada de idade é um fator relevante para o progresso de transtornos mentais ou ocupacionais, devido à baixa habilidade de apropriação às condições de estresse no trabalho. Esses estudos revelam que a idade é fator que afeta, bastante, a capacidade para o trabalho (FARIA; BARBOZA; DOMINGOS, 2005; ROSA; CARLOTTO, 2005).

Quanto à relação conjugal, necessita-se de uma análise mais aprofundada, para que possam analisar se podem ter fatores que desencadeiam a síndrome, não havendo ainda na literatura algo que relate essa associação. O que temos são alguns autores que afirmam que a vida matrimonial pode levar ao desenvolvimento da burnout, outros, que esta condição não é algo relevante para o progresso dos sintomas e, ainda, há aqueles que acreditam que esta condição não tem nenhuma relação (MASLACH; SCHAUFELI, 2001; BENEVIDES-PEREIRA; MORENO-JIMÉNEZ, 2003; GIL-MONTE, 2003; HAHNMARY; CARLOTTO, 2008).

Considera-se que identificar os estressores pode favorecer o estabelecimento de estratégias para enfrentar as situações que causam desgaste e com isso evitar Burnout, portanto a assistência emocional ao estudante é necessária durante sua formação. Ao atenuar ansiedades, conflitos e preocupações, contribui para seu crescimento como pessoa e para sua maturidade ao enfrentar situações de dificuldades inerentes as pessoas (SANCHES et al., 2017).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Para um melhor entendimento, os sintomas evidenciados não significa, necessariamente, que os estudantes já estão diagnosticados com Síndrome de Burnout, sendo isso analisado por um profissional competente a saúde mental. Contudo, essa possibilidade não pode ser descartada, uma vez que diversas pesquisas mostram que pessoas da área da saúde tendem a desenvolver com mais facilidade a Síndrome aqui citada. Onde podemos observar aqui neste trabalho que essa possibilidade já pode ter desde a fase acadêmica.

Com essa pesquisa podemos evidenciar que mais da metade dos alunos que participaram desse estudo, ou estão em uma fase considerável da Burnout ou possuem algum indício que possibilitem o desenvolvimento da síndrome, sendo revestidos em atitudes, não comparecendo às aulas, afastando-se de colegas, professores e até mesmo dos estudos e deixando de lado o seu comprometimento com o sentimento de eficácia profissional. Esse tema requer atenção e valorização por parte das instituições de ensino, que podem reduzir o estresse, por meio de planejamento e implementação de ações, visando que saúde não se limita somente à ausência de doenças, mas sim a um bem-estar biopsicossocial.

6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMORIM, C. Síndrome de burnout em fisioterapeutas e acadêmicos e fisioterapia: um estudo preliminar. In: BENEVIDES-PEREIRA, A.M.T. **Burnout**: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002. p. 93-104.

BARLEM, J.G.T. et al. Opção e evasão de um curso de graduação em enfermagem: percepção de estudantes evadidos. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, v. 33, n. 2, p. 132-138, jun. 2012.

BAYRAM, N.; BILGEL, N. The prevalence and socio-demographic correlations of depression, anxiety and stress among a group of university students. **Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology**, Berlin, v. 43, n. 8, p. 667-672, aug. 2008.

BENEVIDES-PEREIRA, A.M.T. **Burnout**: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. São Paulo: Casa do Psicólogo; 2002.

BENEVIDES-PEREIRA, A.M.T.; MORENO-JIMÉNEZ, B. O Burnout e o profissional de psicologia. **Revista Eletrônica Interação Psy**, Maringá, v. 1, n. 1, p. 68-75, ago. 2003.

BORDIGNON, S.S. **Ser enfermeiro(a)**: decisão versus desejo. Trabalho de conclusão de curso. Xf. Rio Grande: Escola de Enfermagem, Universidade Federal do Rio Grande, 2010.

BORGES, A.M.B.; CARLOTTO, M.S. Síndrome de burnout e fatores de estresse em estudantes de um curso técnico de enfermagem. **Aletheia**, Canoas, n. 19, p. 45-56, jun. 2004.

BUBLITZ, S. et al. Estresse em estudantes de enfermagem: uma revisão integrativa. **Revista de Enfermagem da UFSM**, Santa Maria, v. 2, n. 3, p. 530-538, ago. 2012.

CASATE, J.C.; CORRÊA, A.K. Vivências de alunos de enfermagem em estágio hospitalar: subsídios para refletir sobre a humanização em saúde. **Revista escola enfermagem USP**, São Paulo, v. 40, n. 3, p. 321-328, set. 2006.

CAVALCANTI, K.C.S.N. et al. A síndrome de burnout em acadêmicos de enfermagem em universidades públicas. **Revista de Enfermagem da UFPE**, Recife, v. 8, n. supl. 2, p. 3662-3668, out. 2014.

COSTA, A.L.S., et al. Stress intensity of a nursing students regarding to biosocial and academic characteristics-A cross-sectional study. **Journal of Nursing Education and Practice**, São Paulo, v. 4, n. 2, p. 29, sep. 2013.

FARIA, A.C.; BARBOZA, D.B.; DOMINGOS, N.A.M. Absenteísmo por transtornos mentais na enfermagem no período de 1995 a 2004. **Arquivos de Ciências da Saúde**, São José do Rio Preto, v. 12, n. 1, p. 14-20, jan./mar. 2005.

GIBBONS, C. Stress, coping and burn-out in nursing students. **Internacional Journal of Nursing Studies**, New York, v. 47, n. 10, p. 1299-1309, oct. 2010.

GIL-MONTE, P.R.; MORENO-JIMÉNEZ, B. El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout). **Una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar**. Madrid: Pirámide, p. 36-37, 2005.

HAHNMARY, K.; CARLOTTO, S. Síndrome de Burnout em monitores de uma fundação de proteção especial. **Diversitas: Perspectivas en Psicología**, Bogotá, v. 4, n. 1, p. 53-62, jan./jun. 2008.

JORGE, M.S.B. Situações vivenciadas pelos alunos de enfermagem, durante o curso no contexto universitário, apontadas como norteadoras de crises. **Revista escola enfermagem USP**, São Paulo, v. 30, n. 1, p. 138-148, abr. 1996.

KERNAN, W.; BOGART, J.; WHEAT, M.E. Health-related barriers to learning among graduate students. **Health Education**, New York, v. 111, n. 5, p. 425-445, aug. 2011.

MARTINEZ, I.M.M.; PINTO, A.M.; SILVA, A.L. Burnout em estudantes do ensino superior. **Revista Portuguesa de Psicologia**, Portugal, v. 35, n. 1, p. 151-167, jan. 2001.

MASLACH, C.; SCHAUFELI, W.B.; LEITER, M.P. Job Burnout. **Annual Review of Psychology**, United States, v. 52, n.1, p. 397-422, fer. 2001.

MOMMERSTEEG, P.M. et al. The HPA axis and immune function in burnout. **Progress in Brain Research**, Amsterdam, v. 167, p. 281-285, nov. 2007.

MORENO, F.N. et al. Estratégias e intervenções no enfrentamento da síndrome de *burnout*. **Revista Enfermagem UERJ**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p. 140-145, jan./mar. 2011.

MONTEIRO, C.F.S; FREITAS, J.F.M.; RIBEIRO, A.A.P. Estresse no cotidiano acadêmico: o olhar dos alunos de enfermagem da Universidade Federal do Piauí. **Escola Anna Nery Revista de Enfermagem**, Piauí, v. 202, n. 11, p. 66, mar. 2007.

NOGUEIRA-MARTINS, M.C.F. **Humanização das relações assistenciais**: a formação do profissional de saúde. São Paulo (SP): Casa do Psicólogo; 2002.

NUNES, Z.B. et al. Prisioneiro do serviço da faculdade: o modo de vida do estudante de enfermagem trabalhador da enfermagem. **Revista Centro Universitário**, Barão de Mauá, v. 1, n. 2, p. 1-10, dez. 2001.

PAGANINI, D.D. **Síndrome de *burnout***. Criciúma, jul. 2011.

PONCE DÍAZ, C.R. et al. El síndrome del "quemado" por estrés laboral asistencial en grupos de docentes universitarios. **Revista de Investigación en Psicología**, Perú, v. 8, n. 2, p. 87-112, mar. 2014.

ROSA, C.; CARLOTTO, M.S. Síndrome de Burnout e satisfação no trabalho em profissionais de uma instituição hospitalar. **Revista da SBPH**, Rio de Janeiro, v. 8, n. 2, p. 1-15, dez. 2005.

SANCHES, G.F. et al. Síndrome de burnout entre concluintes de graduação em enfermagem. **Revista enfermagem UFPE on line**, Recife, v. 11, n. 1, p. 31-39, jan. 2017.

SANTANA, R.; MAGALHÃES, S.R. Reflexo da síndrome de *burnout* a partir da organização do serviço hospitalar no trabalho do profissional médico. **Revista de Iniciação Científica da Universidade Vale do Rio Verde**, Três Corações, v. 1, n. 2, p. 03-16, jun. 2011.

SANTOS, S.R. Análise das atitudes de enfermeiros e estudantes de enfermagem na Paraíba-BR quanto à utilização do computador. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Riberão Preto, v. 9, n. 6, p. 56-61, nov. 2001.

SCHMITZ, G.A. **Síndrome de *burnout***: uma proposta de análise sob enfoque analítico-comportamental. Londrina, 2015.

SILVA, V.L.S. et al. Fatores de estresse no último ano do curso de graduação em enfermagem: percepção dos estudantes. **Revista Enfermagem UERJ**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p. 121-126, jan./mar. 2011.

SOARES, I.N.L. et al. Faculdade de Ciências Humanas análise do estresse ocupacional e da síndrome de *burnout* em profissionais da estratégia saúde da família no município de Maceió/al. **Revista Semente**, Maceió, v. 6, n. 6, p. 84-98, jan. 2011.

TAVARES, K.F. et al. Prevalence of burnout syndrome among resident nurses. **Acta Paulista Enfermagem**, São Paulo, v. 27, n. 3, p. 260-265, may./jun. 2014.

TOMASCHEWSKI-BARLEM, J.G. et al. Manifestações da síndrome de burnout entre estudantes de graduação em enfermagem. **Texto Contexto Enfermagem**, Florianópolis, v. 22, n. 3, p. 754-62, set. 2013.

TRIGO, T.R. **Síndrome de Burnout ou esgotamento Profissional**: como Identificar e avaliar. GLINA, D.M.R.; ROCHA L.E. Saúde Mental no Trabalho. São Paulo: Roca, 2010.

TRINDADE, L.L., LAUTERT L. Síndrome de *burnout* entre os trabalhadores da Estratégia de Saúde da Família. **Revista Escola Enfermagem USP**. São Paulo, v. 44, n. 2, p. 274-279, jun. 2010.

